

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Januari tahun 2024 di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta tentang Gambaran Perilaku Menyikat Gigi dan Jumlah Karies Gigi pada 41 responden Pengurus BEM Polkesyo usia 18-22 tahun, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut bahwa:

1. Pengurus BEM Polkesyo memiliki perilaku menyikat gigi kriteria baik dengan persentase 44%.
2. Pengurus BEM Polkesyo memiliki jumlah karies gigi kategori sedikit dengan persentase 59%.
3. Gambaran perilaku menyikat gigi dan jumlah karies gigi pengurus BEM Polkesyo memiliki perilaku menyikat gigi kriteria baik dan jumlah karies gigi kategori sedikit.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian gambaran perilaku menyikat gigi dan jumlah karies gigi pada Pengurus BEM Polkesyo, saran yang dapat diberikan penulis adalah sebagai berikut:

1. Bagi responden
  - a. Melakukan upaya tindakan preventif dengan meningkatkan perilaku menyikat gigi yaitu menyikat gigi 2 kali sehari pagi hari setelah sarapan

dan malam sebelum tidur dengan teknik serta durasi menyikat gigi yang baik dan benar untuk mencegah terjadinya karies gigi.

- b. Responden yang memiliki karies gigi segera melakukan upaya tindakankuratif ke pelayanan asuhan kesehatan gigi dan mulut dengan melakukan perawatan gigi seperti penambalan gigi pada gigi yang berlubang.
- c. Responden harus memulai pola hidup bersih dan sehat dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang baik untuk kesehatan gigi dan rongga mulut serta perbanyak konsumsi buah dan sayur sebagai mineral dan serat.

## 2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan wawasan, pengetahuan dan dapat dikembangkan dengan cakupan yang lebih luas serta variabel yang berbeda. Selain itu, dapat memberikan upaya promotif kepada masyarakat dengan cakupan lebih luas lagi tentang pencegahan karies gigi dan pentingnya menyikat gigi.

## 3. Bagi pihak kampus

- a. Memajang poster kesehatan gigi dan mulut di tempat strategis seperti dinding baca atau papan pengumuman yang dapat dijangkau oleh seluruh mahasiswa.
- b. Melakukan upaya promotif di media sosial karena di zaman yang serba canggih penyebarluasan terkait segala informasi dan edukasi sangat efektif tersampaikan kepada para remaja.